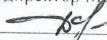


УТВЕРЖДАЮ:
 директор МОУ «Печниковская СШ»

 Т.В. Давыдова

МЕНЮ ПО СТОЛОВОЙ
18 марта 2021г

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда грамм	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур	Стоимость блюда
			Белки	жиры	углеводы			
завтрак	1. Каша манная	200	6,11	10,72	21,02	251,00	181	11-08
	2. Хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,95	100,60	379	9-52
итого за завтрак		425	11,65	13,70	50,97	421,60	560	
обед	1. Винегрет овощной	120	1,67	12,02	7,86	146,10	67	9-38
	2. Щи с свеж капустой	250	1,77	4,95	7,90	89,75	88	15-02
	3. Макароны отварные	150	5,73	6,08	31,98	205,50	203	4-17
	4. Тефтели говяжьи	100	12,43	13,82	15,73	236,67	279	36-83
	5. Хлеб ржано-пшен	30	1,68	0,30	15,00	69,00		1-85
7. Компот из кураги	200	0,16	0,16	27,88	114,60	342	5-05	
итого за обед		850	23,44	37,33	106,35	861,62	979	
полдник	1. Омлет натуральный	120	10,78	19,20	2,04	224,00	210	19-92
	2. хлеб пшеничный	25	2,37	0,30	14,00	70,00		1-85
	3. Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	377	3-10
итого за полдник		345	60,16	94,18	243,94	2079,24	2545	
ужин								
итого за ужин		0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	
итого за день		1620	95,25	145,21	401,26	3362,46	4084	

Старший повар: 
 Повар: 